



# AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: [paaudzes@diakonija.lv](mailto:paaudzes@diakonija.lv)

## MARTS 2026

| PIRMDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                             | OTRDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TREŠDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CETURTDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                | PIEKTDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>11.00-12.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><b>12.00-13.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>13.30-14.30</b><br>CIENASTS – ZUPA<br>LĪDZŅEMŠANAI<br><br><b>13.00-14.00</b><br>ANĢĻU VALODA<br><br><b>14.00-15.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br>IESĀCĒJIEM | <b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODAS<br>NODARBĪBA<br>(A2 LĪMENIS)<br><br><b>11.00-12.00</b><br>SVĒTBRĪDIS UN<br>SADRAUDZĪBA (kalpo<br>luterāņu mācītājs)<br><br><b>13.00-14.00</b><br>KRISTĪGĀS<br>DAUDZSĒRIJU FILMAS<br>SKATĪŠANĀS<br><br><b>13.00-16.00</b><br>MASKĒŠANĀS TĪKLU<br>GATAVOŠANA UKRAIŅU<br>KARAVĪRIEM | <b>9.00-16.00</b><br>MASIERA<br>PAKALPOJUMS<br>(pēc iepriekšēja<br>pieraksta)<br><b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br><b>10.00-11.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><b>11.00-12.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>12.00-14.00</b><br>RADOŠĀ DARBŅĪCA<br>(pēc pieraksta)<br><br><b>13.30-14.30</b><br>GALDA KOPĪBA –<br>ĒD VESELS;<br>ZUPA LĪDZŅEMŠANAI | <b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODAS<br>NODARBĪBA<br>(A1 LĪMENIS)<br><br><b>11.00-12.00</b><br>ANĢĻU VALODA<br><br><b>10.00-11.00</b><br>VINGROŠANA KOPĀ AR<br>FIZIOTERAPEITU<br><br><b>11.00-12.00</b><br>VINGROŠANA KOPĀ AR<br>FIZIOTERAPEITU<br><br><b>11.00-12.00</b><br>BĪBELES LASĪŠANAS<br>PULCIŅŠ | <b>9.00-16.00</b><br>MASIERA<br>PAKALPOJUMS<br>(pēc iepriekšēja<br>pieraksta)<br><b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br><b>11.00-15.00</b><br>VIZUĀLĀS MĀKSLAS<br>NODARBĪBA<br><b>10.00-11.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><b>11.00-12.00 –</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><b>13.30-14.30</b><br>CIENASTS-ZUPA<br>LĪDZŅEMŠANAI |



# AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: [paaudzes@diakonija.lv](mailto:paaudzes@diakonija.lv)

## PIEDĀVĀJAM KATRU DIENU:

**9.00-17.00 DUŠA**

(PĒC IEPRIEKŠĒJA  
PIERAKSTA)

PASTORĀLĀ  
KONSULTANTA  
INDIVIDUĀLAS  
KONSULTĀCIJAS

SOCIĀLĀ  
DARBINIEKA  
INDIVIDUĀLAS  
KONSULTĀCIJAS

**12.00-16.00**

HUMĀNĀS  
PALĪDZĪBAS  
SAŅEMŠANA

**9.00-17.00**

APMEKLĒTĀJIEM  
ATVĒRTA BRĪVĀ  
LAIKA TELPA



# AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: [paaudzes@diakonija.lv](mailto:paaudzes@diakonija.lv)

## CITAS AKTIVITĀTES

|                                                                                                      |                                                                                                                 |                                                                                                |                                                                                                             |                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>4. UN 18. MARTĀ<br/>PLKST. 11.00</b><br><br><b>PAREIZTICĪGO<br/>SVĒTBRĪDIS UN<br/>SADRAUDZĪBA</b> | <b>4., 11., 18. UN 25.<br/>MARTĀ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>PĒRĻOŠANAS<br/>DARBNĪCA<br/>(pēc pieraksta)</b> | <b>5., 12., 19. UN 26<br/>MARTĀ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>PETRIKIVKAS<br/>GLEZNIECĪBA</b> | <b>11. MARTĀ<br/>PLKST. 11.00</b><br><br><b>KULINĀRIJAS<br/>PULCIŅŠ AR<br/>BRĪVPRĀTĪGAJĀM<br/>JAUNIETĒM</b> | <b>11. MARTĀ<br/>PLKST. 16.00</b><br><br><b>MĀMIŅU KLUBS</b>            |
| <b>13. MARTĀ</b><br><br><b>EKSKURSIJA DABAS<br/>MUZEJĀ AR GIDU</b>                                   | <b>16. MARTĀ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>PRĀTA SPĒLES</b>                                                    | <b>20. MARTĀ<br/>PLKST. 13.15</b><br><br><b>SARUNAS PAR<br/>DZĪVI</b>                          | <b>23. MARTĀ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>KRISTĪGĀS<br/>DZIESMAS</b>                                      | <b>25. MARTĀ<br/>PLKST. 11.00</b><br><br><b>KULINĀRIJAS<br/>PULCIŅŠ</b> |

### PAPILDUS INFORMĀCIJA:

**2. MARTĀ – KC ATVĒRTS KĀ PARASTI, BET SPECIĀLISTI BŪS PIEEJAMI NO 14.00 (METODISKĀ DIENA)**